Focus : Parcours, méthodes, mantra… Coach Boris Crestia à la loupe

6 min de lecture

Rolyvan 04 juil. 2025

Il fait partie de ces coachs en leadership et développement personnel dont la notoriété et la renommée traversent les frontières. Les nombreux témoignages à son sujet attirent la curiosité. Zoom sur le parcours et la méthode de Boris Crestia, l'allié, l'oreille et conseiller de ceux et celles qui passent de la situation d'impact à impactant.

Diriger sans se perdre : Retrouver du sens dans un quotidien qui déborde

« Je cours après tout. Les deadlines. Les paiements. Le sommeil. Ma famille. Et je m'oblige de moi-même. »

Cette confession, Boris Crestia l'a entendue des dizaines de fois. Coach professionnel pour entrepreneurs et dirigeants, il accompagne depuis plusieurs années des hommes et des femmes à l'épuisement. Des femmes et des hommes, brillants, ambitieux, passionnés, mais souvent au bord de rupture. Pour eux, le quotidien est une course effrénée, une entreprise qui ne s'arrête jamais, et un rôle de conducteur, une vie personnelle sacrifiée pour le rendement. Boris accompagne ceux qui, malgré le succès apparent, ont perdu leur équilibre et leur sens.

Un parcours de résilience et de transformation

Boris Crestia n'est pas un simple coach ; il est également un entrepreneur chevronné. Au fil des ans, il a fondé Kluit Institute et créé plusieurs entreprises. Il a conduit du Gabon à la Côte d'Ivoire, en passant par le Maroc et Madagascar. Son parcours est riche en publicité et en business. C'est en 2011, au sommet d'un épuisement extrême, qu'il fait face à un burn-out majeur. Ce moment de crise va devenir un tournant dans sa carrière. Il découvre alors le coaching. Non seulement il se réinvente, mais catalyse aussi ceux qui traversent des épreuves similaires. Formé et certifié au métier de coach, il accompagne désormais des dirigeants à travers le monde tout en poursuivant ses propres activités entrepreneuriales.

« Je ne suis pas un coach qui observe le jeu depuis les tribunes : je suis sur le terrain, comme eux. Je vis les mêmes tempêtes que mes clients. » Cette expérience donne à son approche une crédibilité unique, alliant stratégie, sensibilité et humanité.

Les pièges invisibles du succès

Les entrepreneurs qu'il accompagne partagent un point commun : ils font face à une profonde solitude, cet tout donné à leur entreprise, jusqu'à s'oublier eux-mêmes.« *Au début, l'énergie vient de la passion*, insidieusement, cette passion se transforme en survie. *Les décisions s'imposent à eux, leur agenda les contrôle, et le bien-être passe à la trappe.*

Le manque de temps pour soi, une gestion de crise permanente et une surcharge cognitive sont des symptômes visibles de ce que Boris appelle « la spirale de l'épuisement ». Paradoxalement, alors que la réussite devrait être gratifiante, elle devient une source de pression. Les dirigeants commencent à douter, à perdre la pilotage automatique, sans vision, ni souffle, ni plaisir.

Une approche méthodique et humaine

Au cœur de l'« **impact à impactant** » de Boris Crestia réponse sur une approche profondément humaine, mais aussi résolument pratique. Avec un client, il commence par l'écoute active : la personne il invite à se recentrer sur soi -là où est le talent-à identifier les blocages et les ressources avant de reprendre le contrôle.

Sa méthodologie combine introspection profonde, réorganisation du temps et techniques de gestion du stress ou exercices de PNL quand le mental bloque. Boris ne cherche pas à analyser chaque détail des problèmes ou des clients, mais plutôt à aider ceux de cadre de référence et leurs leviers intimes. Il encouragea à des décisions courageuses et à un engagement transformateur. Son mantra, **"Décide. Commit. Succeed."** résume cette approche : un mot, résume parfaitement son approche et son style original : ferme, incarné, mobilisateur.

Des résultats visibles et tangibles

En quelques semaines, les clients retrouvent de la clarté, de l'élan et le pouvoir de choisir. Ils apprennent à poser des limites, se remettent au centre de leur vie, réinventent leur quotidien autour de ce qui compte vraiment.

« Je ne suis pas un docteur de bobos professionnels ou un consolateur aux solutions à l'emporte. Ce n'est le travail d'un consultant. Je créé un espace de confiance, Nicond où mes clients vont construire un cadre solide et agile qui les protège. Le cadre existait déjà en eux, je suis l'outil qui les aide à le trouver. On pose les bases d'une hygiène mentale continue qui impactera significativement et définitivement.

Chaque client que j'accompagne est pour moi une source d'enseignement. Je me nourris avec une émotion particulière de cet entrepreneur, usé, prêt à vendre l'entreprise qu'il avait bâtie seul quinze ans plus tôt. Il pensait vouloir tourner la page pour retrouver un peu de paix et vendre sa faire coucher pour réussir la vente ainsiqdeme à un gros groupe international. Très vite, au fil des séances, autre chose remonte : ce n'est pas seulement la vente qui manque, mais l'épuisement, le découragement, la solitude.

Alors il reprend les rênes de la nèga, change les termes de la vente qui devient une alliance. Il prend même le bilan de la structure à l'envers. Mais ce bilan, il l'utilisé une vie nouvelle : il quitte la mégalopole, s'installe en Amérique du Sud, offre à sa famille une vie de sérénité, et à lui-même, une seconde naissance.

Ceux qui ont bénéficié de l'accompagnement de Boris ne parlent pas d'un "coach", mais d'un "allié", d'un "miroir", d'un électricien bienveillant, en tous cas d'un guide. Ils parlent de clarté, d'énergie, d'élan, de sens, décisions alignées, puissance retrouvée…

La plus grande satisfaction de Boris est de voir un dirigeant reconnecté à sa mission, recentré, capable d'inspirer équipes et partenaires, non par obligation, mais par envie, présence singulière et engagement authentique. Dans un monde où le rendement semble prime sur l'humain, c'est un impératif pour ceux qui veulent à la fois réussir et vivre pleinement.

Newsletter

Recevez nos meilleurs articles chaque semaine.

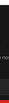
Votre email…

S'inscrire

Articles similaires

Koumassi : la salle Elyshama ouvre ses portes à Koumassi Panguilin

Située dans le quartier de Koumassi (Panguilin), la salle événementielle Elyshama… LIFESTYLE • 03/07/2025



Pudil | Et si le téléphone le plus…

Ce parle beaucoup de l'iPhone 17. Ici, on préfère parler de celui qui nous fait rêver. Nokia… LIFESTYLE • 03/07/2025

Microbar et design d'intérieur : La…

Spécialiste dans l'architecture d'intérieur et la décoration haut de gamme, Porcelanosa… LIFESTYLE • 02/07/2025

1ère édition du Bazin : La…

Ce mai, la Cantate ivoirienne, le Nuit du Bazin ! Un créateur, Chakhaf Diarra de la… LIFESTYLE • 02/06/2025

Voir plus d'articles

Magazine LIFEMAG

Découvrez notre dernier magazine.

Découvrir

Vous pourriez aussi aimer

LIFESTYLE

Koumassi : la salle Elyshama ouvre ses portes à Koumassi Panguilin

Située dans le quartier de Koumassi (Panguilin), la salle événementielle Elyshama s'étiquette rétamment ouvert ses portes, à…

9 y a 17 heures · 2 min de lecture

NEWS

Orange Music Talents : Le SIMA forme les 12 jeunes artistes sélectionnés

Située dans le quartier de Koumassi (Panguilin), la salle événementielle Elyshama s'étiquette rétamment ouvert ses portes, à…

9 y a 17 heures · 2 min de lecture

SPORT

Dortmund : Quel avenir pour Sébastien Haller après son retour ?

Après des prêts successifs au CD Legnés et au FC Utrecht, Sébastien Haller, attaquant international ivoirien est de retou…

9 y a 17 heures · 1 min de lecture

Restez inspiré avec notre newsletter

Recevez chaque semaine une sélection de nos meilleurs articles et actualités

Votre adresse email

S'inscrire

En vous inscrivant, vous acceptez notre politique de confidentialité.

LifeMag

Un magazine lifestyle qui célèbre la créativité, la mode et la culture contemporaine.

Contact

Riviera bonoumin,
Prolongement du collège André Maineux

+225 07 07 07 07 30

louattara@mediums.ci

Magazine

Catégories

Support

Suivez-nous

Instagram X

Facebook Youtube

© 2024 LifeMag. Tous droits réservés.